**Агрессия, ее причины и последствия**

**Агрессия** (от латинского «*agressio*» — нападение, приступ) – это физическое или вербальное (словесное) поведение, направленное на причинение вреда кому-либо или чему-либо.

У подростков-мальчиков доминирует физическая агрессия (нападения, драки), у девочек - негативизм и вербальная агрессия (сплетни, критика, угрозы, ругань).

**Чем полезна агрессия?**

В агрессии есть свои положительные, здоровые черты, которые необходимы для жизни – это настойчивость, упорство в достижении цели, стремление к победе, преодоление препятствий. Поэтому воспитательные мероприятия должны быть направлены не на полное исключение агрессивности из характера детей, а на ограничение и контроль ее разрушительных, асоциальных форм и поощрение ее положительных проявлений, таких как целеустремленность, настойчивость, умение постоять за себя, сказать «нет» тому, что неприятно или вредно для ребенка.

**В чем причины детской агрессивности?**

Агрессия может возникать в следующих случаях:

1. реакции на фрустрацию - попытка преодолеть препятствие на пути к удовлетворению потребностей, достижению эмоционального равновесия;
2. как крайняя мера, когда ребенок исчерпал все другие возможности для удовлетворения своих потребностей;
3. как «выученное» поведение, когда ребенок поступает агрессивно, следуя образцу (чаще всего поведению родителей или значимых взрослых, литературных, кино- и телегероев).

Также на проявление агрессивности влияют биологические факторы (особенности нервной системы, наследственность, биохимические факторы).

Специального вмешательства требуют следующие типы агрессивности ребенка:

1. Ребенок получает удовольствие, му­чая других детей и животных. Такой проявление встречается редко, но всегда требует специального лечения у психотерапевта и  психолога.

2. Агрессивность гиперактивного ребенка. Такой ребе­нок беспокоен, агрессивен, все задевает его, за ним тянется «шлейф» разрушений и обид. Поведение его от­личается импульсивностью, необдуманными поступками, нарушением запретов. Такой ребенок может быть в душе любящим, великодушным, милым, но биохимический дисбаланс коры головного мозга делает его поведение сверхактивным, а регулирование его – предметом забот врача.

3. Ребенок проявляет немотивированную, ничем не обусловленную агрессию, а воспитательные меры не помогают.

4. Агрессивное поведение детей с особенностями пси­хофизического развития.

**Как предотвратить разрушительное проявление агрессивности у ребенка?**

* Лучший способ избежать чрезмерной агрессивности в ребенке – проявлять к нему любовь.
* Родители должны постараться понять причины агрессивного поведения ребенка и устранить их.
* Давайте ребенку возможность выплескивать свою энергию - пусть он порезвится один или с приятелем; не давайте сверхреактивному ребенку сидеть без дела – пусть его энергия расходуется в «мирных» целях.
* Исключите просмотр фильмов и телепередач со сценами насилия и жестокости.
* Помогите ребенку найти друзей, научите его общаться с ровесниками - в совмест­ных занятиях дети быстрее усвоят нормы общепринятого поведения.
* Не прибегайте к физическим наказани­ям!
* Показывайте ребенку личный пример эффективного доброже­лательного поведения: не допускайте при нем вспышек гнева и ярости, оскорблений, разговоров о мести обидчикам и т.п.

**«Лечение» агрессивности**

Для коррекции агрессивного поведения детей годятся примерно те же способы, что и для предупреждения. Для ребенка такого типа одно лишь ласковое слово может снять его озлобление. Не считайте такого ребенка «испорченным». Если вы начинаете так думать, у вас может возникнуть чувство отчуждения, неприятия ребенка. Это обязательно почувствует и он, а ощущение одиночества среди самых близких может привести к тому, что ребенок станет еще более  трудным.

Если вам сложно справиться с агрессией ребенка, попробуйте обратиться за помощью к специалистам: врачам-психотерапевтам и психоневрологам, психологам, педагогам.

От агрессивности больше всего страдает сам ребенок: он в ссоре с родителями, он теряет друзей, он живет в постоянном раздражении, и чаще всего в страхе. Все это делает ребенка несчастным. Забота и тепло для такого ребенка лучшее лекарство. Пусть он в каждый момент времени почувствует, что родители любят, ценят и принимают его. Пусть ребенок видит, что он нужен и важен для вас.